



広報

つがる

2025

3月号

No.279



市制施行20周年を祝い 声高らかに歌う

2月11日「つがる市市制施行20周年記念式典」が開催され、来賓や市民など約600人が出席。式典の最後には、市制施行10周年を記念に制作された「つがる市民の歌」を出席者が合唱し、20年目の節目を祝いました。

祝 つがる市市制施行
20周年記念式典

市制施行20周年
さらなる発展誓う



令和7年2月11日に市制施行20周年を迎えたつがる市は伊藤鉦業アリーナつがるで記念式典を開催し、来賓や市民ら約600人が節目を祝いました。

つがる吹奏楽団や西北五ジュニアウインドプラスなど5団体による合同演奏で幕を開けた式典では、倉光市長が「誰もがこの地に生まれ、育ち、暮らしてよかったと実感することができるよう、諸先輩方が紡いできたこの20年を礎に、次の10年、20年に向け、住みよいまちづくりの後押しをしていただきたい」とあいさつ。また、本市出身で市ふるさと大使を務める俳優の生田俊平さんが「これからも市民の皆さんと共につがる市を盛り上げていきたい」と思いを語りました。

市が「ふるさとへの想い」をテーマに市内の児童生徒から募集した作文で、最優秀賞に輝いた3人が作品を発表したほか、市の20年間の歩みをまとめた記念映像が上映され、会場は一体感に包まれました。

最後は、会場全体で「つがる市民の歌」を合唱し、市のさらなる発展を誓い合いました。

記念式典の様子などを収めた市制施行20周年記念のテレビ番組が放映されます！

日時／3月23日（日）14時から
放送局／RAB青森放送



オープニングを飾ったつがる吹奏楽団ら5団体による合同演奏



ふるさとへの思いを語った生田さん



参加者を出迎えるつが一ちゃん



祝賀会で記念すべき節目を祝う参加者たち



祝賀会に花を添えたつがる市登山囃子保存会

「つがる市の魅力」

森田小学校六年 原 田 芽 里 さん



私がつがる市の好きなのは、四つあります。

まず、一つ目は、自然が豊かなところです。つがる市は、緑がたくさんあって、私の教室からも、すてきな景色が見えます。春は桜、夏は緑が生い茂った木、秋は紅葉、冬は雪がかった木々が見えます。季節によって変化する景色が見えるので、まるでどこか遠くへ旅行したかのようです。その奥には、岩木山もそびえ立っていて、いつも私たちを見守ってくれています。天気が悪く、見えないときもあるけど、晴れているときは、とても美しく、力強さを感じる山です。

二つ目は、特産物がたくさんあるところです。つがる市は、リンゴやお米がすごくおいしくて、他にもゴボウなどいろいろな物の特産物があります。つがる市のマスコットキャラクターのつがるちゃんは、特産物でできています。これからも、豊かな特産物がたくさん収穫できるつがる市でいてほしいです。

三つ目は、縄文遺跡がつがる市にたくさんあることも魅力の一つです。木造の亀ヶ岡遺跡で「遮光器土偶」が出土されました。しゃちちゃんと呼ばれて、みんなに親しまれています。国の重要文化財に指定されています。私たちが住むつがる市に、縄文時代の遺跡があるとは、とても驚いたと同時に、自慢しなくなりました。

四つ目は、伝統的なお祭りがあることです。今年度、つがる市は市制二十周年記念で、森田小学校の五、六年生が馬市まつりに参加し、よさこいを踊りました。私はダンスが大好きなので、本番では曲に合わせて、みんなと楽しく踊ることができました。

このように、つがる市の魅力はたくさんあり、つがる市に生まれ育ったことを誇りに思います。将来、私はつがる市の伝統を守り貢献できるようにしたいと思います。

「わがまち、つがる市の魅力」

車力中学校一年 毛 内 聡 佑 さん



私たちの暮らすつがる市は、たくさん魅力にあふれているまちです。つがる市に生まれ育って十三年になる私が思う、三つの魅力を伝えます。

一つ目は、津軽弁です。フランスでも通じるというジョークもあるほど有名な方言です。市民の私でも、高齢者の津軽弁は、何を言っているのか分からないことがあります。しかし、私は津軽弁に愛着を感じています。独特の温かみがあるし、体感を表現するのに適していると思います。私たち世代は使わなくなってきた津軽弁ですが、私は言葉の文化として、受け継いでいくべきだと考えます。

二つ目は、豊かな医療です。「子育てしやすいまち」をうたっているつがる市は、子どものワクチン接種や治療費が無料です。私自身も何度もこの制度にお世話になりました。さまざまな感染症が猛威を振るう時代だからこそ、医療の充実是非常に助かります。

そして、三つ目は、公共施設の充実です。最近、総合体育館が新設されました。この体育館は、プロのスポーツ選手の試合が行われるほど、素晴らしい施設です。私も、実際にメインアリーナに行きましたが、コートと客席が近く、迫力ある試合を楽しめるような体育館でした。いつか、この体育館で青森ワッツの試合を見てみたいです。また、図書館も素敵な場所です。私は、何度も利用していますが、学習スペースは、とても静かで勉強がはかどります。夏休みは、小学生から高校生まで、幅広い年代の人たちがいます。

このように、わがまちつがる市は、古き良きものと新しく便利なものが共存する、とても魅力あるまちだと思います。しかし、まちはそこに暮らす人たちによって、良くも悪くも変化していきます。これからの時代、私たちのような若い力が、まちの発展には必要となってきました。その一歩として、このまちの良さを、さらに知るところから始めようと思います。

テーマ「ふるさとつがる市への想い」

「ふるさとつがる市への想い」



木造高等学校三年 對馬 爽さん

私はここ、つがる市が大好きです。

一つ目の好きなポイントは、家から見る景色です。特に好きな季節は夏です。青空と田んぼに広がる緑色の稲、遠くに見える岩木山、この景色が一番好きです。

二つ目は、一年中どの季節にも、小さい子供からお年寄りまで楽しめるイベントが開催されることです。春は、平滝沼公園で行われる春まつり。夏は木造ネブタまつりや馬市まつり。秋は、食と産業まつり、つがる銀杏フェス。冬には、スノーフェスタと、一年間を通してたくさんのイベントがあります。この中でも特に私が好きなイベントは、木造ネブタまつりです。小学校二年生の時に初めて市民ネブタに参加しました。その年は家族と参加し、次の年からは徐々に同じクラスの友達と参加するようになり、一緒に太鼓を叩いたり、鈴をつけて歩いたり、ネブタまつりを通してたくさんの人と交流することができました。同じ小学校でも普段は話さない人や、学年の違う上級生や下級生ともふれ合い、仲良くなることができました。ネブタまつりに参加したことは、とても良い思い出であり、これからも続いてほしいイベントです。ネブタまつりに限らず、つがる市の多くのイベントは、人と人をつなげる交流の場であり、守り続ける必要があります。

私は、この春からつがる市の職員として働きます。できることなら観光産業に携わり、私の好きなネブタまつりを県内だけでなく、全国にも情報発信していきたい、つがる市のことを多くの人に知ってもらいたいです。他にも、高山稲荷神社や亀ヶ岡遺跡など、魅力ある観光スポットにも興味を持って訪れてもらえるよう情報を発信していきたいです。そして、大好きなつがる市がさらに発展していくよう貢献したいです。つがる市が地元で本当によかったです。

市制施行20周年記念作文 入賞者

小学生の部

最優秀賞	森田小学校 6年	原田 芽里 さん
優秀賞	向陽小学校 4年	野呂 飛向 さん
	瑞穂小学校 6年	今 翔太 さん
	稲垣小学校 6年	加藤 新 さん

穂波小学校 6年	工藤 暖誠 さん
柏小学校 6年	佐々木 杏珠 さん
車力小学校 5年	小枝 鈴実 さん

中学生の部

最優秀賞	車力中学校 1年	毛内 聡佑 さん
優秀賞	木造中学校 3年	白戸 秀侑 さん
	柏中学校 1年	神 珠莉架 さん

森田中学校 2年	一戸 瑛心 さん
稲垣中学校 2年	尾野 桃星 さん

高校生の部

最優秀賞	木造高等学校 3年	對馬 爽 さん
------	-----------	---------



くらみつ ひろあき
倉光 弘昭 (68歳)

プロフィール

昭和31年11月8日生まれ。明治大学農学部卒。つがる市財政部長、総務部長、副市長を経て令和3年3月に第5代つがる市長に就任。現在2期目。

任期満了に伴うつがる市長選挙が2月9日に告示され、現職の倉光弘昭氏が無投票で2度目の当選を果たしました。

2月17日、当選証書付与式が市役所で行われ、成田照男選挙管理委員長から倉光氏に当選証書が手渡されました。任期は令和7年3月13日から令和11年3月12日までの4年間です。

田園都市つがる市を もっと強く、もっと豊かに

つがる市長 倉光 弘昭

このたび、市民の皆さまのご信任を賜り、引き続き市政運営を担わせていただくこととなりました。

先人から引き継いできたふるさとを未来へとつなぎ、発展させていく使命の大きさと重責を厳粛に受け止め、市民の皆さまのご期待に応えるべく全身全霊で市政運営にあたる所存です。

1期目の4年間では、「ふるさと再構築」をスローガンに掲げ、6つの政策を柱として、各事業についてスピード感をもって取り組んでまいりました。

2期目では、これまで進めてきた施策に磨きをかけながら、デジタル技術を最大限に活用し、物価高騰に起因した不安定な社会情勢に柔軟に対応しつつ、将来を見据えた実効性のあるまちづくりを実現するために必要な施策を着実に実施し「ふるさと再構築」を目指してまいります。

本市は、津軽自動車道柏浮田道路の整備や青森県沖日本海南側洋上風力発電事業の着手に伴い、大きく変わろうとしています。

国家的プロジェクトである洋上風力発電事業は、本市にとって新たな雇用創出や地域経済の好循環といった波及効果に加え、地域課題解決のための地域振興策が期待できることから、この機会を最大限に生かし、地元事業者が洋上風力産業に参入しやすい環境を整え、新産業の創出と市街地および農業集落における持続可能な活力の創出を図りたいと考えています。

市民の皆さまにおかれましては、1期目の就任時に申し上げましたとおり、つがる市に生まれ、育ち、生業に励み、その人生がよかったと誰もが思えるまちづくりに邁進しますので、市政に対しより一層のご理解とご協力を賜りますよう心からお願い申し上げまして、市長就任の挨拶といたします。

～倉光市政6つの政策～

「ふるさと再構築」を実現するため次の6つの政策を着実に進めていきます。

1 「農産物のブランド推進による所得向上」

◆販路拡大、6次産業化推進、スマート農業普及促進、担い手育成

2 「中心市街地活性化による定住人口増加」

◆商店街の利便性向上、技術・事業承継による空き店舗解消、景観維持

3 「住環境整備で老後が安心なまちづくり」

◆快適な住環境整備、公共交通体系見直し、医療・介護のデジタル化

4 「誇れる大自然との共存」

◆農業集落の維持と環境保全活動推進、再生可能エネルギー導入推進

5 「縄文遺跡をはじめとした誇れる文化の保護と活用」

◆ガイダンス施設の整備、郷土芸能・芸術・食文化の継承

6 「子育て環境の充実と未来を担う人材育成」

◆質の高い保育・教育サービス環境実現のための人づくり



つがる市文化賞スポーツ賞授与式

市教育委員会は、2月22日、松の館で文化賞スポーツ賞の授与式を行い、令和6年中に文化・スポーツ活動で優れた功績を挙げた17団体、123個人を表彰しました。

文化賞

※文化功労賞

20年以上本市の文化振興に寄与し、最も功労のあった方に贈られます。

【個人】 ■短歌▽中村正行（木造短歌会） ■伝統芸能▽竹浪比呂央

※文化奨励賞

全県規模の発表会等で最高賞を受賞した方に贈られます。

【個人】 ■その他文学▽福田忠光 ■短歌▽兼平あゆみ（悠短歌会） ■アート・放送▽瓜田英司

※青少年文化賞

全県規模の発表会等で最高賞を受賞した高校生以下の方、または東北地区・全国規模の発表会等で優れた評価を受けた高校生以下の方に贈られます。

【個人】 ■書道▽南穂乃花（五所高2年） ■アート・放送▽松元雄仁（同3年） ■室内ゲーム▽高橋杏（同）、白川瑠華（同）、新岡慶士（同2年）、

市ホームページ（QR

コード）で各受賞者の集合写真および当日の様子などをご覧になれます。



笹森葉月（同） ■器楽▽一戸心乃（木造高1年） ■絵画▽竹浪望伶（柏中3年）

※青少年文化奨励賞

全県規模の発表会等で優れた評価を受けた高校生以下の方、または青森県規模で文化の振興に尽くし、その功績が優れていると認められる高校生以下の方に贈られます。

【団体】 ■器楽▽森田中学校校吹奏楽部

【個人】 ■その他文学▽川村美結（木造中3年）、工藤瑚子（瑞穂小6年） ■邦楽▽小田川礼奈（五一高3年）、小関青空（同）、山谷真生（同）、木村愛唯（同2年）、高橋遥々（同）、米谷心優（同）、島谷志門（同1年）、木村優奈（同） ■その他生活文化▽藤元晴人（木造高2年）、松橋優芽（同）、器楽▽杉山緑（木造中2年） ■華道▽能登谷颯大（五農高3年）



文化賞受賞者



ジュニアスポーツ栄誉賞・ジュニアスポーツ賞（個人）受賞者

スポーツ賞

※特別スポーツ栄誉賞

オリンピック、パラリンピック競技大会、アジア競技大会または世界選手権大会において、8位以内に入賞した方に贈られます。

【個人】 ■空手▽加福明浩（五衛館加福道場） ■相撲▽三橋条ノ真（鳥取城北高3年）

※スポーツ栄誉賞

全国規模の大会で3位以内に入賞した方に贈られます。

【個人】 ■相撲▽三橋真那斗（鳥取城北高2年）

※ジュニアスポーツ栄誉賞

全国規模の大会で3位以内に入賞した中学生以下の方に贈られます。

【個人】 ■相撲▽中野匠毅（木造中3年）、長谷川和響（同2年）

※スポーツ賞

全県規模の大会で優勝した方、または東北規模の大会等で3位以内に入賞した方に贈られます。

【団体】 ■野球▽つがる市野球協会▽つがる市野球協会50

【個人】 ■レスリング▽横山琉愛（埼玉栄高2年） ■少林寺拳法▽藤田愛衣（五工科高3年）、吉田朔模（五一高3年） ■野呂慶彰（同1年） ■柔道

▽佐藤心美（東北高3年）、佐藤汰珠（木造高2年）、坂本天海（北海道高2年）、工藤暁宗（札幌大2年） ■剣道▽三上蓮（八戸工業第一高3年） ■バスケットボール▽白戸悠（青森商業高3年）、 ■バレーボール▽三浦蒼央（弘前工業高3年）、石澤芽依（青森西高2年）、三浦萌玖（同）、小見山心（同）、秋田夢佳（同3年）、小寺凜（同）、帯川樹（東芝クラブ）、帯川葵（同） ■ウエイトリフティング▽工藤拓実（五工科高2年） ■野球▽小笠原元希（五一高1年）、傳法谷恋（株野宮塗装店）、世永優人（同）、久田良太（同）、野呂海人（同）、中村洸樹（同）、対馬佑紀（同）、古澤智樹（同）、豊沢拓実（同）、工藤竜也（同）、小笠原伸悟（同） ■陸上▽松橋怜奈（木造高3年）、斉藤颯太（弘前実業高3年）、稲葉樂斗（同2年） ■相撲▽長谷川心響（木造高2年）

※ジュニアスポーツ賞

全県規模の大会で優勝した中学生以下の方、または東北規模の大会等で3位以内に入賞した中学生以下の方に贈られます。

【団体】 ■バレーボール▽車力中女子バレーボール部、木造中男子バレーボール部 ■バスケットボール▽柏中女子バスケットボール部、柏ミニバススポーツ少年団 ■陸上▽木造中2年陸上部 ■柔道▽車力柔道少年団（低学年）、車力柔道少年団（高学年）

学年） 【個人】 ■バスケットボール▽成田美優（木造中2年） ■野球▽黒滝凌介（柏中3年）、坂本球太（同）、石澤瞳真（車力中3年）、坂本玲（木造中1年）、葛西拓実（同）、木村芽吹（森田中1年） ■空手▽青山鳳華（向陽小1年） ■柔道▽佐藤慧珠（車力中3年）、横山琉留（五一中3年）、一戸暖星（柏小5年）、工藤心都葉（車力小5年）、成田暖（同2年）、工藤朱栞（同）、佐々木煌芽（同1年）、横山珠萌（向陽小5年）、粕谷蒼音（同）、粕谷颯音（同4年）、齊藤拳士（同3年） ■陸上▽金澤莉央（車力中1年）、稲葉愛吹（木造中2年）、三浦陽斗（同1年） ■相撲▽鳴海百起（同2年）、長谷川舜（向陽小5年） ■トランポリン▽三橋直太郎（瑞穂小4年）

※スポーツ奨励賞

全県規模の大会で2位または3位に入賞した方に贈られます。

【団体】 ■バレーボール▽つがる市バレーボール協会

【個人】 ■ラジボール卓球▽藤本昌弘（五所川原LB卓球倶楽部）、木村協子（五所川原卓球愛好会） ■陸上▽金澤聖心（青森東高2年）、七戸滉也（五所高2年） ■ボクシング▽高杉歩煌（五工科高3年）、長谷川杏（同） ■テニス▽太田華心（同） ■サッカー▽岡元翔哉（青森第二高3年） ■バスケットボール▽太田蓮夢（同）、神温愛（同2年）

※ジュニアスポーツ奨励賞

全県規模の大会で2位または3位に入賞した中学生以下の方に贈られます。

【団体】 ■バスケットボール▽柏中男子バスケットボール部 ■陸上▽木造中陸上部（共通男子リレー）、木造中陸上部（1年男子リレー） ■剣道▽木造中女子剣道部 ■柔道▽木造柔道少年団A・B

【個人】 ■柔道▽木村哉翔（車力中2年）、松橋姫音（同1年）、佐藤莉亜（同）、工藤穂乃（木造中3年）、藤本颯杏（同2年）、三橋蔵信（同）、鳴海春哉（車力小6年）、松橋幸志（同）、木村晃大（同3年）、工藤源（同1年）、長谷川詠美歌（同）、斎藤悠里（向陽小5年）、加藤朔真（同2年）、小山内柚翔（同1年）、杉野森咲恵（森田小6年）、川村知果（同3年）、吉田松梨（柏小6年）、葛西政真（穂波小1年）、木村晃大（車力こども園） ■陸上▽秋田東瑚（木造中3年）、三浦陸斗（同2年）、木村瑠妃杏（同）



文化功労賞を受賞した竹浪比呂央さん

スノー 雪フェスタ つがるの冬を満喫

つがるの冬を楽しむイベント「2025つがる市雪（スノー）フェスタin地球村」（つがる地球村主催）がつがる地球村国際交流広場で開催されました。

20メートルの氷の滑り台では、子どもたちが歓声を上げながら何度も滑り降り、ポニーの馬そり体験や棒パンづくりコーナーでは家族連れが楽しむ姿が見られました。

また、にんにく塩こうじを使った振る舞い鍋には長蛇の列ができたほか、キッチンカーや出店では、地元の特産品やスイーツなどが並べられ、来場者は目当てのものを買い求めていました。

イベントの最後には、節分にちなんで鬼に扮したつがーちゃんが登場し、子どもたちは「鬼は外！福は内！」と大きな掛け声で豆まきを楽しんでいました。



2/2
つがる地球村

つがーちゃんと豆まきを楽しむ子どもたち

工夫と知恵の力作ずらり くらしの工夫展



来場者へ昔の花嫁衣装を紹介する参加者たち

第39回つがる市くらしの工夫展が開催されました。

展示コーナーには、市の農林水産物を使った次世代に伝えたい伝承料理や農作業衣、稲わら工芸品、絵画など多彩な作品が陳列。このほか、地元農産加工品の販売コーナーなども設けられ、開催を心待ちにしていた人たちでにぎわいました。また、「森田むらお」さんによる津軽弁を話しながらのマジックショーや、主催グループの女性たちによる昔の花嫁衣装紹介も行われ、来場者からは大きな拍手と歓声があがっていました。

主催の市生活改善グループ連絡協議会の中村嘉子会長は「この伝統をつないでいって、皆さんが集まって笑ってもらえる催しにしたい」と話しました。

東北大会での健闘を誓う

8月から9月にかけて3日間開催された「第17回南部町長杯争奪U-12サッカー大会兼東北さわやか少年少女サッカーフェスティバル大会青森予選会」に出場した西北五トレセンが優勝し、2月15日から開催される東北大会への切符を手に入れました。

この日、選手ら7人が市役所を訪れ、大会の結果や今後の抱負について話しました。

森田小6年の盛和希選手は「東北大会では、保護者への感謝の気持ちを忘れず、自分たちが満足する結果を出せるように頑張りたい」と抱負を語りました。

今副市長は「東北大会はレベルが高いですが、思いきりプレーを楽しんで頑張ってください」と激励しました。



健闘を誓う西北五トレセンの選手たち

オリビアからの ラストメッセージ



市国際交流員のオリビア・スナイダーさんが任期を終え、つがる市を離れることになりました。オリビアさんは、市の国際交流や国際化のために幅広く活躍されました。国際交流員として活動した3年間の思い出や、つがる市での生活、皆さまへのメッセージなどを紹介します。

3年間を振り返って

つがる市に初めて来たのは2021年の11月でした。来日して間もなく雪が降り始め、毎日雪かきに苦労していました。周りの人たちが話している津軽弁の方言も中々頭に入って来なく、「とんでもない場所に來てしまった」と思った瞬間もありました。しかし、職場の同僚は私を温かく受け入れてくださり、親切な担当者たちは分からないことが多い私に何でも丁寧に説明してくれました。大変な冬の真っ最中に来て、少し時間が経つうちにこの地域にだんだん慣れてきていました。つがる市にはおいしい食べ物、自然、祭りなど、自慢できる魅力はたくさんありますが、いつも一番に思い浮かぶ特徴は市民の優しさと好奇心です。新しい食堂や居酒屋に行けば、必ず誰かが声をかけてくれました。「どこ出身なの?」「雪に困ってない?」など、シンプルな質問から、交流の機会と友情が誕生しました。

一つの場所に3年間も過ごせば、「地元」感がなんだか湧いてきます。いつも窓から手を振ってくれるお隣さんの子どもたちや、お気に入りの焼き鳥居酒屋に着いた時のいい匂い、毎日きっちり12時に市内に流れる音楽（そしてそれに起こされる寝坊した日…）。ケーキ屋の店員さんの笑顔、木造駅で目を光らせるしゃこちゃん。見知らぬ土地だったつがる市は、いつの間にか「居場所」のように感じてきました。ここにいらなくなる、と思えばやっぱり寂しくなります。

昨年は結婚式も挙げ、つがる市では初めての一人暮らしなど、さまざまな人生のマイルストーンを超えてきました。ここで過ごした時間は一生忘れません。アメリカに帰っても、仲良くなった方たちと交流を続けたいと思います。日本には親戚もいるので、またいつかきっと夫と二人でつがる市に遊びに来ます。私の次に来る国際交流員の方も、どうぞよろしくお願いいたします。

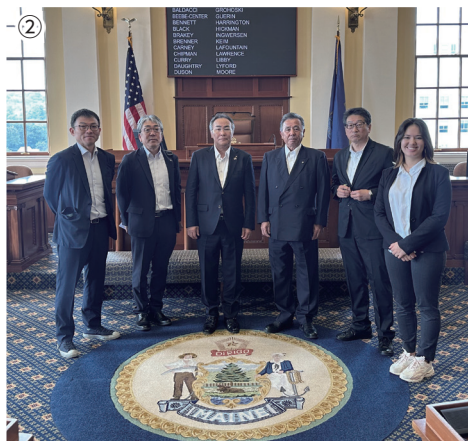
つがる市の皆さん、この3年間大変お世話になりました。



思い出ギャラリー



- ① 国際交流フェアでつがるちゃんと
- ② つがる市訪問団とアメリカメーン州議事堂で
- ③ バス市訪問団とメロン収穫体験
- ④ 岩木山登山経験(計4回!)
- ⑤ こども園等で園児たちと国際ふれあい事業



国民健康保険の届け出を忘れずに！

1 社会保険等に参加または社会保険等から脱退したとき

職場の健康保険等に参加または脱退したときは、国民健康保険（以下、国保）の脱退や加入の届け出が必要です（被扶養者も含む）。職場の健康保険に参加しても、**職場では国保を脱退する手続きは行いませんので、忘れずに届け出をお願いします。**

こんなとき		必要な書類	共通して必要なもの
国保に加入する	職場の健康保険を脱退した	健康保険等資格喪失証明書	・届出人と対象者のマイナンバーが分かるもの ・届出人の本人確認書類（マイナンバーカード等）
	家族の社保の被扶養者でなくなった		
国保を脱退する	職場の健康保険に加入した	国保の被保険者証等、社保の資格確認書または資格情報のお知らせ(未交付の時は健康保険等資格取得証明書)	
	家族の社保の被扶養者になった		

※つがる市国保の資格喪失後に、国保の保険証を使って医療機関を受診した場合、保険給付分（7～10割）を返還請求させていただく場合があります。

マイナンバーカードをお持ちの方は「ぴったリサービス」によるオンライン手続き（国保の加入・脱退手続き）も可能です。窓口に来庁は不要で、土日祝日関係なく申請ができます（ただし市の申請受付確認は、窓口受付時間内に限ります）。



国保に加入するとき



国保を脱退するとき

2 進学で転出する際の手続きについて

現在つがる市の国保に加入している方が、進学のため市外に転出する場合（家族からの経済的援助を受ける場合に限る）は、届け出をすることによって転出先でも引き続きつがる市の国保を使って病院を受診することができます。（以下、マル学）

マル学の資格を持つ方は、つがる市の世帯の国保加入者として取り扱います。新年度も学生である場合はマル学の更新が必要です。在学中の毎年4月に手続きをしてください。

なお、退学または社会保険等に参加した場合には、つがる市の国保を脱退する手続きが別途必要になります。

こんなとき		必要な書類	共通して必要なもの
進学で転出（マル学）		国保の被保険者証等、在学証明書（写し可）	・届出人と対象者のマイナンバーが分かるもの ・届出人の本人確認書類（マイナンバーカード等）
マル学更新(在学中毎年4月に更新)		新年度の在学証明書（写し可）	
退学		国保の被保険者証等、退学したことが分かるもの	
社会保険等に参加		国保の被保険者証等、社保の資格確認書または資格情報のお知らせ(未交付の時は健康保険等資格取得証明書)	

※国保年金課での各種手続きの際は、対象者と別世帯の方が手続きする場合、委任状が必要です。

委任状は市ホームページからダウンロードまたは窓口で配布しております。

【届け出・問い合わせ先】国保年金課 電話42-2111（内線271）

稲垣出張所 電話46-2111 車力出張所 電話56-2111

広 告



屋根・外壁の塗装・リフォーム

●一般建設業 青森県知事許可(般-29)第400424号

前田 昭仁

屋根・外壁リフォーム専門店

電話は今すぐ、こちらから

ホームページが
新しくなりました！
Google

アートリフォーム株式会社 0173-33-4713

アートリフォーム株式会社

五所川原市七ツ館虫流51-29

担当 前田

日本建築塗装職人の会

広 告

一級塗装
技能士のお店



三栄塗装工業(有)

○一般建設業 県知事許可(般-27)第017671号 ○五所川原塗装工業会会員

屋根・外壁塗装は
お任せください！

お見積り・
現地調査 無料！

三栄塗装工業
Instagram

その他何でも
ご相談ください

▶鉄骨・階段塗装
▶木部塗装
▶ペランダ防水

まずはお気軽にご相談ください！
0173-42-3818



つがる市木造林宮津12番地3

児童扶養手当、特別児童扶養手当等の 手当額が変わります

2024年全国消費者物価指数の実績値が公表され、物価変動率（対前年比+2.7%）を踏まえ、各手当は2.7%引き上げとなり、4月以降は下記のとおり改定されます。

児童扶養手当		手当月額【改定前】	手当月額【改定後】
本体額	全部支給	45,500円	46,690円
	一部支給	45,490円～10,740円	46,680円～11,010円
第2子以降 加算額	全部支給	10,750円	11,030円
	一部支給	10,740円～5,380円	11,020円～5,520円

特別児童扶養手当等		手当月額【改定前】	手当月額【改定後】
特別児童扶養手当	1級	55,350円	56,800円
	2級	36,860円	37,830円
特別障害者手当		28,840円	29,590円
障害児福祉手当		15,690円	16,100円
経過的福祉手当		15,690円	16,100円

※障害の程度や所得状況により支給の対象とならない場合があります。

ご存じですか？ 児童扶養手当と特別児童扶養手当

【児童扶養手当とは】

父母の離婚や死亡等により、父または母と生計を同じく（※1）していない児童が育成されている家庭の生活の安定と自立の促進を通じて、児童福祉の増進を図ることを目的として支給される手当です。

【特別児童扶養手当とは】

心身に障害のある20歳未満の児童を監護（※2）している父または母や、父母に代わってその児童を養育（※3）している方に対し、障害をもつ児童の福祉の増進を図ることを目的に支給される手当です。

（※1）消費生活上の家計が同一であることを一応の基準としています。

（※2）監督し保護することであり、主として児童の生活について配慮し、日常生活において児童の衣食住などの面倒をみていることをいいます。

（※3）児童と同居して監護し、かつ、その生計を維持することをいいます。児童が児童福祉施設等（母子生活支援施設、保育所、通園施設を除く）に入所している場合は、手当を受けることができません。また、ご家庭の所得状況によっては、手当を受けることができないことがあります。

手当に関するご相談は随時受け付けしています。制度内容や支給額などの詳細は、直接担当までお問い合わせください。

【問い合わせ先】

- ・児童扶養手当、特別児童扶養手当について 子育て健康課 電話42-2111（内線309）
- ・特別障害者手当、障害児福祉手当、経過的福祉手当について 福祉課 電話42-2111（内線233）

広 告

STIHL

カジュアルチェーンソーをご購入のお客様に
スパチェーン1本プレゼントキャンペーン中…3/31まで

(株)長内土木造園

造園工事一式 ○設計 ○施行 ○管理業務
○整枝剪定 ○伐採 ○草刈り

〒038-3304 青森県つがる市下車力町盛野83
TEL.0173-56-3131 FAX.0173-56-3132

広 告

法律相談は弁護士会へ

青森県弁護士会所属の地元の弁護士事務所での相談が迅速に受けられます。

受付時間／平日午前9時から午後5時

相談料／30分 5,000円（税別）

※但し法テラスの扶助が利用できる場合無料

午前中に電話→当日15時～17時相談可能
それ以外の場合→弁護士を紹介します！

今すぐあなたの
助けになりたい

お申込・
お問合せは 青森県弁護士会 弘前支部まで（TEL.0172-33-7834）



つがる市の農業を応援します！ 農業活性化総合対策事業



(1) 低コスト・省エネルギー機械導入事業（国や県等の補助事業の対象になっていないものに限りです。）

対象経費等	補助対象事業主体	補助対象経費（税抜き）	補助金額
低コスト・省エネルギー化が見込まれる機械導入に対する費用	認定農業者または認定新規就農者	低コスト、省エネルギー化が証明され、耐用年数5年以上かつ単品取得価格30万円以上の機械（アタッチメント可）。ただし、農業以外でも使用できる汎用性が高いものは除く（軽トラ、フォークリフト、冷蔵庫等）	補助対象経費（税抜き）の1/4以内 上限50万円

(2) 農業用資格取得・研修費等補助事業

対象経費等	補助対象事業主体	補助対象経費（税抜き）	補助金額
農業に関する新規の資格取得経費および組織の活動費	認定農業者（ただし、狩猟免許取得は除く）	農業に関する資格・免許取得に必要な経費（交通費・宿泊費等は除く）	補助対象経費（税抜き）の1/2以内 上限20万円
	20戸以上で構成された農業生産組織（農協等の部会は除く）	防除周知看板作成費・栽培技術講習会費・先進地研修費（飲食費等除く）・会議資料作成費・検査調査費・試験研究費	補助対象経費（税抜き）の1/2以内 上限15万円
	3戸以上で構成された農業生産組織（40歳未満の若手農業者や後継者）		

(3) 6次産業化促進事業

対象経費等	補助対象事業主体	補助対象経費（税抜き）	補助金額
6次産業化のための機械・施設および更新する経費	地元産の農畜水産物等を活用した付加価値の高い商品開発や販売促進に係る6次産業化を推進する農業者または農業生産組織	・機械設備等購入経費 耐用年数5年以上かつ単品取得価格30万円以上 ・6次産業化のための、加工施設の新設・改修・修繕費	補助対象経費（税抜き）の1/2以内 上限200万円

(4) 園芸施設用パイプハウス導入事業

補助対象事業主体	補助対象経費（税抜き）	補助金額
認定農業者で、導入するハウスで3年以上園芸作物を作付けし、園芸施設共済事業等へ加入する農業者（3年間出荷伝票等販売を確認できる書類を提出してください）	新設する園芸施設用パイプハウス6,800円/㎡を上限とします。	①国・県の補助を受けない場合は3/10以内 1申請者当たり上限50万円 ②国・県の補助を受けた場合は1/10以内 1申請者当たり上限15万円

(5) 果樹防風網張替等事業

補助対象事業主体	補助対象経費（税抜き）	補助金額
市内の樹園地で作付けし、園芸施設共済事業等へ加入している農業者	張替用防風網購入費用および設置費用	補助対象経費（税抜き）の3/10以内 申請者1人当たり上限30万円

受付期間 3月17日（月）～4月4日（金）（閉庁日を除く）

必要書類等 見積書3者（果樹防風網張替等事業は2者）・通帳

※上記に加え、機械の場合はカタログ（更新の場合は現在使用している機械の性能がわかるもの）、組織や集団等の場合は規約・機械管理運営規定等。事業の要件により、その他の書類等が必要になる場合があります。

留意事項 ・令和7年度内に事業を完了してください。

・補助金の交付決定前に購入等したものは対象外です。

・つがる市民（市内の組織や集団等）で、市税の滞納がない方に限ります。

・予算の範囲内での補助となります。予算を超える場合は、次の条件を満たすものから優先的に採択します。①過去3年間に市単独事業を活用していない方②事業費が高い事業。

【申請・問い合わせ先】 農林水産課 電話42-2111（内線414）

スマート農業機械導入を検討されている皆さまへ

農業者が農作業の効率化や労働力不足の解消、規模拡大に取り組むために導入するスマート農業機械の費用の一部を補助します。希望する方は、下記を参考に申請してください。

対象者 (①および②を満たすこと)	①認定農業者または青年等就農認定者 ②つがる市内に住所を置く個人または農業法人で、市税の滞納がないこと
対象機械 (①および②を満たすこと)	①農林水産省が公表しているスマート農業技術カタログに掲載されている農業機械またはRTK-GNSS固定基地局の信号を使用する農業機械 ②耐用年数5年以上かつ取得価格(税抜き)30万円以上の農業機械
補助金額	農業機械取得価格(税抜き)の1/4以内 上限100万円
必要書類	見積書2者・カタログ・通帳・市税の滞納がない証明書(世帯全員)・法人の場合は定款
申請手続き	3月17日(月)から4月4日(金)までに農林水産課へ必要書類を提出してください。(閉庁日を除く)
優先順位	①デジタル無線(RTK-GNSS)基地局を使用する機械 ②過去3年以内に国の補助事業が不採択となった者(スマート農業機械に限る) ③取得価格が高い機械
留意事項	- 令和7年度内に事業を完了してください。 - 補助金の交付決定前に発注したもの、ソフト事業は対象外です。 - 予算の範囲内での補助となります。予算を超える場合は、上記の条件を満たすものから優先的に採択します。 - 本補助金の交付は一度限りです。 - 採択された場合、3年間、実績報告書を提出してください。 - 融資を受ける場合は、金融機関に限ります。 - 補助金の支払いは、事業完了後の精算払いとなります。

【申請・問い合わせ先】 農林水産課 電話42-2111 (内線417)

松くい虫被害およびナラ枯れ被害の予防について

松くい虫被害は、マツノマダラカミキリという昆虫によって運ばれるマツノザイセンチュウという小さな線虫が松の木に侵入することによってマツが枯れる伝染病で、県内では深浦町で被害が発生しています。

またナラ枯れ被害は、カシノナガキクイムシという昆虫が運ぶナラ菌によってミズナラやカシワなどのナラ類が枯れる伝染病で、県内では多くの市町村で被害が発生しており、被害の拡大が懸念されています。

これらの被害が、県内各地で発生するようになると、農林水産業をはじめとする産業・経済のほか自然景観などに影響を与えることから、次のことについてご協力をお願いします。

- ①マツノマダラカミキリとカシノナガキクイムシは、マツとナラ類を伐採した際に発生する臭いに集まる習性があるため、これらの昆虫の活動期(6月～9月)には、マツとナラ類を伐採しないようにしましょう。
- ②マツ丸太やマツ苗木、ナラ丸太を被害地から持ち込むと、松くい虫被害やナラ枯れ被害を呼び込む可能性があるため、県内の未被害地のものを利用しましょう。
- ③身の回りで枯れているマツやナラ類を見つけたら、下記へご連絡ください。

【問い合わせ先】 市役所農林水産課 電話42-2111 (内線412)
西北地域県民局林業振興課 電話0173-72-6613

農業経営収入保険加入者へのお知らせ

令和3年度より実施しておりました「つがる市農業経営収入保険加入推進事業補助金」につきまして、令和7年度の補助事業は実施いたしませんので、加入者の皆さまには何卒ご理解くださいますようお願い申し上げます。

【問い合わせ先】 農林水産課 電話42-2111 (内線417)

3月は「自殺対策強化月間」です

自殺なんて関係ないと思っていませんか？

病気になった、周囲とうまくなじめない、学校や職場でミスをした、そんなきっかけから思い悩み、誰にも相談できずに苦しんでしまうことがあります。

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、その原因の多くが、予防できる社会的な問題であると言われています。「自分には関係ない」と思わず、自分のためにも、悩んでいる誰かのためにも、不調のサインを知っておきましょう。



大事なことは、不調のサイン=こころのSOSに気づくこと

長期的な不安やストレスを抱えると、何かしら心身の不調が出てきます。

心身の不調は、こころからのSOS！こころのSOSに気づかないまま頑張りすぎてしまうと、こころも体も疲弊し、病気につながってしまいます。

【自分で気づくことができるサイン】

- ◇気分が沈み、何をするにも元気が出ない
- ◇訳もなくイライラしたり、不安な気持ちになる
- ◇周囲の人が自分の悪口を言っていると感じる
- ◇食欲がない、または過度に食べてしまう
- ◇なかなか寝つけなかったり、夜間に何度も目がさめ、熟睡感がない

【周囲の人が気づきやすいサイン】

- ◇服装が乱れ清潔感がなくなった
- ◇急にやせた、または急に太った
- ◇表情が暗い、または無表情なことが多い
- ◇他人の視線を気にし、一人になりたがる
- ◇急に激怒したり、周囲とトラブルを起こすことが増えた
- ◇ぼんやりしていることが多く、ミスが増えた

こころのSOSに気づいたら？

●自分のこころのSOSに気づいたら

一番はやはり人に話すことです。すぐには解決しない問題も、解決の糸口が見つかることもありますし、人に話すことで情報の整理ができます。

●誰かのこころのSOSに気づいたら

まずはゆっくり話を聞いてみましょう。励ましたり、無理に頑張らせる必要はありません。相手の話に耳を傾け、寄り添うことが大事です。

●相談会を上手に利用する悩みに応じたさまざまな相談窓口があります

一人で抱え込まず、一歩勇気を出して悩みを打ち明けてみましょう。

『こころの相談窓口ネットワーク（相談先一覧）』

青森県が相談先一覧をまとめたホームページです。病気や障害のこと、金銭的な問題のこと、犯罪やDV被害のことなど悩みに応じた相談先を見つけることができます。



『かくれてしまえばいいのです』

「生きるのがしんどい」「この世から消えたい」そんなあなたのためのかくれが（Webサイト）です。消えなくても大丈夫。かくれてしまえばいいのです。



【問い合わせ先】健康推進課（市民健康づくりセンター内） 電話23-4311

HPVワクチンのキャッチアップ接種期限が条件付きで延長されます

HPVワクチンのキャッチアップ接種期限は令和7年3月31日までとなっていましたが、下記の条件を満たす方は、令和8年3月31日まで無料で接種を受けられます。全3回の接種を無料で完了したい場合は、お早めに接種医療機関にお問い合わせください。

- ・平成9年4月2日から平成21年4月1日までの間に生まれた女性であること
- ・令和4年4月1日から令和7年3月31日までの間にHPVワクチンを1回以上接種していること

HPVワクチンについて

子宮頸がんや尖圭コンジローマなどの原因であるヒトパピローマウイルス（HPV）の感染を予防するためのワクチンです。HPVワクチンのうち、2価ワクチン（サーバリックス）および4価ワクチン（ガーダシル）は、子宮頸がんの原因の50%~70%を防ぎ、9価ワクチン（シルガード9）は、子宮頸がんの原因の80%~90%を防ぎます。

【問い合わせ先】健康推進課（市民健康づくりセンター内） 電話23-4311



「物価高騰生活支援臨時給付金」 および 「物価高騰対策生活困窮者灯油購入費助成金」のご案内

令和6年度住民税均等割非課税世帯に対し、「物価高騰生活支援臨時給付金」および「物価高騰対策生活困窮者灯油購入費助成金」を支給します。

▼支給（助成）額

- 「物価高騰生活支援臨時給付金」について
 - ・世帯給付金 1世帯当たり3万円（1世帯1回限り）
 - ・こども加算 児童1人当たり2万円（世帯ごとに異なる）
 - ※「こども加算」は、18歳以下（平成18年4月2日以降生まれ）の児童を養育している場合が対象となります。
- 「物価高騰対策生活困窮者灯油購入費助成金」について
 - ・1世帯当たり3千円（1世帯1回限り）

▼支給方法

令和6年12月13日時点で、つがる市に住民登録があり、世帯全員が令和6年度住民税均等割非課税であると市が確認した世帯

- (1)過去の給付金支給金事業により市が受取口座を把握している場合
 - ⇒ 令和7年2月19日(水)に世帯主の口座へ振り込み済み。
 - (2)市が口座情報を把握していない場合
 - ⇒ 令和7年1月31日（金）に「支給要件確認書」を郵送しましたので、まだ申請されていない方は、福祉課へ申請してください。
- 令和6年度住民税課税状況を市が確認できなかった世帯
 例)令和6年1月2日以降につがる市へ転入された世帯、住民税未申告の方がいる世帯など
 ⇒ 申請(申告)が必要ですので、福祉課へお問い合わせください。

▼申請期限 令和7年3月31日（月）【当日必着】

- ## ▼注意事項
- 本給付（助成）金の支給後、修正申告等により支給要件に該当しないことが判明した場合には、給付（助成）金を返還していただく必要があります。
 「振り込め詐欺」や「個人情報の搾取」にご注意下さい。ご自宅や職場などに不審な電話や郵便物が届いた場合は、市役所や最寄りの警察署または警察相談専用電話（#9110）にご連絡ください。

土曜日の臨時受付窓口開設※事前予約等は不要です。
 申請期限直前の2週間に限定し、土曜日に臨時受付窓口を開設いたします。
日時：3月22日(土)、29日(土) 両日9時～12時 **場所：**つがる市役所1階 福祉課窓口

【問い合わせ先】福祉課 電話42-2111（内線245、247）

市税等の納付は
納期内に
お願いします

3月

国民健康保険税9期、後期高齢者医療保険料9期、介護保険料9期、住宅使用料、公共下水道使用料、農業集落排水施設使用料の納期限です。

納期限および口座振替日は3月31日(月)です。口座振替で納付している方は、口座残高の確認をお願いします。

【問い合わせ先】収納課 電話42-2111（内線229）

広 告

つがる市農産物直売所 ～出荷会員募集～

つがる市農産物直売所では、ご自慢の商品を出荷くださる方を募集しています！



入会条件

① つがる市民 ② 事業所がつがる市にある法人・個人

入会金・年会費

入会金：10,000円 / 年会費：3,000円

販売手数料

・お弁当 10.5%
 ・お総菜

※冷蔵庫を使用しないもの

・野菜 15.5%
 ・山菜 15.5%
 ・果物 15.5%
 ・花 15.5%
 ・菓子などの加工品

※冷蔵庫を使用しないもの

冷蔵庫を 17.5%
 使用する商品

商品の集荷

農繁期や、高齢で免許を返納してしまった等で出荷が困難な場合は、1回につき300円で自宅まで集荷に伺います。

申し込み・お問い合わせ

つがる市農産物直売所 TEL：0173-25-2865（担当：成田）

その他ご不明な点等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

市制施行
20周年記念

「NHKのど自慢」出場者・観覧者募集

日時 6月8日(日) 11:50(開場11:00)

場所 伊藤鉱業アリーナつがる(つがる市総合体育館)

出場予定 予選を通過した20組程度の皆さん

〈ゲスト〉 山本譲二、Ourin - 王林 -

〈司会〉 廣瀬智美アナウンサー



山本譲二



Ourin - 王林 -

つがる市とNHK青森放送局では「NHKのど自慢」の出場者と観覧者を募集します。この番組は、「あなたの街の、みんなのステージ」をテーマに、地域の皆さんの歌声を全国にお届けします。皆さんのご参加をお待ちしています！



ホームページ

出場をご希望の方

▼対象者 中学生以上の方で、原則としてアマチュアの方※中学生は保護者同伴

▼申し込み 4月23日(水)23時59分までにNHK青森放送局ホームページ(nhk.jp/aomori)の専用申し込みフォームからお申し込みください。(電話や郵便はがきでの申し込みは受け付けておりません)

▼予選会 6月7日(土) 12時から、伊藤鉱業アリーナつがるで行います。結果発表は17時30分頃の予定です。※予選会の観覧は自由です。

観覧をご希望の方

▼申し込み 5月14日(水)23時59分までにNHK青森放送局ホームページ(nhk.jp/aomori)の専用申し込みフォームからお申し込みください。(電話や郵便はがきでの申し込みは受け付けておりません) ※応募多数の場合は抽選

【問い合わせ先】 観覧のみについて 社会教育スポーツ課 電話49-1200

出場・観覧について NHK青森放送局 電話017-774-5111 ホームページ <https://www.nhk.jp/aomori>

長寿大学のご案内

学習活動で教養を習得し、仲間づくりを通じて充実した毎日過ごすことを目的に「長寿大学」を開催します。
学習予定(全7回) ※各日ともに受け付けは9時20分から

開催日	時間	講義内容	講師
5月22日(木)	10時～	開講式	森田 むらお 氏
	10時50分～11時20分	スーパーマジックショー!!	
6月19日(木)	10時～11時30分	スポーツで心も体も楽しいレクリエーション!!	西谷 須磨子 氏
7月24日(木)	10時～11時30分	ものづくり～フォトフレーム～	岩村 寿孝 氏
8月21日(木)	10時～11時30分	元気なうちの終活 ～やっておきたいこと、考えておきたいこと(エンディングノート)～	村井 麻矢 氏
9月11日(木)	10時～14時	移動学習 ゆったり温泉(鶴田町)	県男女共同参画センター 高橋 一枝 氏
10月9日(木)	10時～11時	防災について～いざというときに～ ※終了後、市防災備蓄倉庫見学予定	
11月14日(金)	10時～	閉講式	
	11時～14時30分	反省会(しゃこちゃん温泉)	

主会場 松の館

入学資格 市内在住のおおむね60歳以上の通学可能な方

受講料 1人500円(傷害保険料を含む) 移動学習および反省会は別途実費が必要です。

申込方法 入学を希望する方は、4月28日(月)までに受講料500円を添えて、運営委員にお申し込みください。
運営委員がわからない方、いない地区の方は、社会教育スポーツ課へお申し込みください。

【申し込み・問い合わせ先】 社会教育スポーツ課 電話49-1200

市消防団長に三浦孝純氏が就任

2月11日、三浦孝純さんが市消防団長に就任しました。

任期は、令和11年2月10日までの4年間です。

三浦さんは、昭和59年に木造兼館の分団に入団以来、地域の消防団活動に精励。約14年間にわたって木造地区副団長を務めてきました。今後は、市の消防団長として約950人の消防団員を指揮します。



縄文遺跡PRキャラクター お名前決定！

亀ヶ岡石器時代遺跡と田小屋野貝塚の価値や魅力を発信する、つがる市縄文遺跡PRキャラクターの名前を募集した結果、全国より寄せられた758件の候補の中から、市内児童生徒の投票により、「カイトくん」と「タマキちゃん」が選ばれました。

カイトくんは「貝と」「海と」そして「カイト(凧)」に由来し、タマキちゃんは貝輪や環境を表す「環(たまき)」に由来します。屏風山やかつて存在した古十三湖を想起させる、本市の縄文時代の自然環境を象徴する名前となっています。

本市の縄文遺跡のPRをこれから担う2人を、どうぞよろしくお願いします。



【問い合わせ先】 文化財課 49-1194

こんにちは！ 地域おこし協力隊です

市に移住し、ヨソモノ・ワカモノの斬新な視点で地域おこしに取り組む隊員たちが、市の魅力や日々の活動などを報告します。

小田川 貴子 隊員

早いもので地域おこし協力隊としての活動も、4月末で任期満了となります。3年間の活動を振り返ると、セミナーや講座など皆さんの前でお話をする機会が増え、宣伝の効果等もあり、空き家バンクの登録・成約数は増加傾向となりました。おかげさまで少しずつ「空き家バンク」が浸透してきたのではないかと実感しています。相談者の方からお礼の言葉をいただいたり、SNSでの情報発信を通して、初めましての方にもたくさんお声をかけていただけただことは、活動のやりがいにもつながり、微力ながらつがる市の空き家対策や情報発信に貢献できたのではないかと実感し大変うれしく思います。

空き家対策はとにかく早いうちに！放置していてもメリットは1つもありません。誌内でも告知していますが、3月28日に空き家対策セミナーを開催しますので、お時間があればぜひご参加いただき、おうちの将来について考えるきっかけにいただければ幸いです。

さて、あつという間の3年間でしたが、今では「うわ…東京人多すぎる」と思うくらい、つがる市ライフが再び板についてきました。協力隊として何度も聞かれた



一番の思い出はCM大賞

「移住して(Uターンして)よかったことは？」という質問。現在の私だったら「季節を感じながら生活できること」と答えたいと思います。日の長さや目に映る景色、旬の食べ物や聞こえてくるさまざまな音など…五感を通して季節を感じ、しつかり1年を生きているなと感じること。当たり前じゃないの？と思われるかもしれませんが、実は結構せいたくで、豊かな生活なのでは？というところにたどりついた気がします。

最後になりますが、関わっていただいた皆さまをはじめ、知っていただいたすべての皆さま、本当にありがとうございました。活動を通してつがる市の魅力をたくさん知ることができ、さらに好きになることができました。今後も、つがる市の魅力を伝えるキーマンとして関わっていただけたらうれしく思います。せばだばまだ〜！

つがる市空き家対策セミナー はじめよう! 住まいの終活



ご自身や相続したご家族が空き家問題で困らないよう、元気なうちから住まいの将来について考えてみませんか？
どなたでもお気軽にご参加ください！

参加無料
事前申込制 (定員 30 名)

日時 2025年
3月28日 金
13:30~15:00
(受付開始 13:00)

会場 つがる市生涯学習交流センター
「松の館」
2階 視聴覚室 (つがる市木造若緑 52 番地)

内容
13:30~ 講演
放置された空き家が及ぼす影響のほか、わが家を空き家にしないために、今から知っておきたい相続や家族で話し合っておくべきことなどをお話します。

14:40~ 空き家バンク紹介

講師

一般社団法人住教育推進機構
登録住教育インストラクター

大坊 梓氏



田子町在住。(一社) 全国空き家アドバイザー協議会青森県田子支部事務局従事。
地元の空き家問題に取り組むため、2023 年住教育インストラクターを取得。
行政とも連携し、課題の解決に努めます。

電話 または WEB申込フォーム よりお申込みください

お申込み
お問合せ

つがる市役所 地域創生課
(受付時間 平日8:30~17:00)

0173-42-2271

申込期日：3月26日 水

申込フォーム

令和7年度つがる市高齢者タクシー利用助成事業のお知らせ

通院や買い物など、高齢者の日常生活における外出を支援し、社会参加の促進を目的とした「つがる市高齢者タクシー利用助成事業」について、令和7年度も継続して実施します。

▼対象者(利用者)：つがる市住民基本台帳に記録されている、令和7年4月1日時点で満75歳以上の方。

▼助成内容：タクシー初乗り運賃相当額の助成券を1人当たり48枚交付します。そのほか利用条件、利用方法などは令和6年度同事業から変更はありません。

新規申請の方へ(4月1日以降)

市役所本庁舎または各出張所窓口で申請書を受付します。申請の際には、利用者の本人確認書類の写しが必要です。利用者本人以外でも申請書の提出は可能です。申請書は各窓口のほか、市ホームページからダウンロードできます。

また、令和7年度申請分より電子申請を開始します。スマートフォンなどで右記QRコードから申請ができますのでぜひご利用ください。(利用者本人以外でも申請は可能です。)



令和6年度助成券利用済みの方へ

3月中に「継続利用希望調査書」を申請者のご自宅へ郵送します。ハガキに継続利用の希望の有無を記入し投函ください。継続利用を希望する方には、新たに申請書の提出は不要で、4月以降令和7年度助成券を郵送します。

【問い合わせ先】 地域創生課 電話42-2111 (内線354)



3月末・4月初めの 土・日曜日に市役所 窓口業務を行います

3月下旬から4月上旬にかけては、転入・転出の手続き等で窓口がたいへん混み合います。混雑緩和のため、年度末と年度初めの休日に市役所本庁で窓口業務を行いますので、ご利用ください。

開庁日時

3/29(土)・30(日)・4/5(土)・6(日)
各日9時～17時

業務内容

住民異動届、家庭ごみ収集カレンダーの配布および分別の説明

☎ 市民課 (内線262)

国民健康保険の転入、転出に係る資格取得・喪失

☎ 国保年金課 (内線271)

児童手当・児童扶養手当・乳幼児医療・すこやか医療・ひとり親医療関係

☎ 子育て健康課 (内線314)

※内容によっては当日処理できない場合もあります。

つがる出張所(イオンモールつがる柏内)では、上記業務は取り扱っていませんが、休日でも各種証明書の交付、印鑑登録、市税の収納等の窓口業務を行っていますので、ご利用ください。つがる出張所の詳細は市ホームページ(QRコード)をご覧ください。

▼開所日時：年末年始を除く毎日10時～19時

☎ 27-5021



お知らせ



暮らしに役立つ情報などをお届けします！
市では、**災害やクマの目撃情報**などをより迅速に市民にお届けするほか、**ごみ分別検索機能**を利用できるLINE公式アカウントを運用しています。ぜひ、QRコードを読み取り、友だち登録をよろしくお願いいたします。



つがる市役所 42-2111 (代表)

〒038-3192 つがる市木造若緑61-1



不審な訪問業者に ご注意ください

突然、自宅に、「不用品はないか」と男性二人が訪ねてきて、あつという間に家の中に上がり込んできたという相談が県内の消費生活センターに寄せられています。

「貴金属はないか」と言って強引に貴金属を買い取っていくという悪質業者もいます。



○このように突然訪ねてくる本当の目的は、訪問買取業者を装って、あなたやご家族の個人情報収集することかもしれません！

○家に上げてしまうと、家の中を観察され、家具や調度品、暮らしぶりから、資産状況や家族構成などを把握される危険性があります。

- ・突然訪問して買取を持ちかける行為は違法です。
- ・人が訪ねてきたら、まずはインターフォンやドア越しで対応して相手の身分を確認するなど、慎重に行動しましょう。

☎ 五所川原市消費生活センター
☎ 33-1626 または消費者ホットライン「188 (いやや)」までご相談ください。



「認知症カフェ」に 参加してみませんか

認知症の方やそのご家族、関心をお持ちの方など、さまざまな方が集い、認知症について情報交換したり、介護についての悩みごとを相談できる憩いの場です。

つがる市民「みんなのカフェ」

▼日時：3/21(金)13時～15時

▼場所：松の館 和室、視聴覚室

▼対象：介護が必要な本人や家族、認知症や介護に関心のある市民、認知症のひとと家族の会会員、医療・介護専門職など

▼内容：作業療法

▼運営：認知症のひとと家族の会

☎ 家族の会世話人 秋田谷

☎ 090-3648-4322

かしわ「オレンジカフェ」

▼日時：3/28(金)12時半～13時45分

▼場所：柏老人福祉センター大広間

▼対象：どなたでも参加できます

▼内容：ゆったり茶話会

▼参加費：1人100円(お菓子代等)

☎ つがる市柏在宅介護支援センター

☎ 25-2115

つがる市社会福祉協議会柏支所

☎ 25-2468

広 告

塗替え予定のお客様必見！

屋根・外壁「よみがえり」計画を！

ぜひ、お家のメンテナンスを！塗り替えの目安は、屋根は5年～7年、外壁は10年前後です。

自慢の手塗り仕上げで特別価格にて施工！

当社はここがちがう！

診断・お見積り無料

高所作業車2台導入で、高い所、こう配のある屋根等で大活躍します。14mものびます ☺

足場も自分たちで組むため安く施工できます。

☎ 連絡先 090-2023-2226 (担当木村まで)



五所川原塗装工業会
有限会社 **秋元塗装**
五所川原市大字野里字野岸29の5

広 告

お問合せは
お気軽に！

社員・スタッフ募集

＼ 未経験者OK /
～友達同士でもOK～

まとめ内職も募集
初めての方大歓迎

ボタン付けやまつり・
糸切り作業等
自宅でもできる作業

農作業や
お子さんの
行事等は
お休みOK！

材料・仕上げ品は
当社で集配達

株式会社 **木造奥田縫製**

つがる市木造大畑宮崎 32-19

TEL.0173-42-1730



行政相談

行政への苦情や意見、要望などありましたら、お気軽にご相談ください。相談は無料、秘密は厳守します。

木造会場

- ▼日時：4/23(水)10時～12時
- ▼場所：松の館C会議室
- ▼相談委員：片山徳明

森田会場

- ▼日時：4/11(金)10時～12時
- ▼場所：森田公民館
- ▼相談委員：原田和孝

柏会場

- ▼日時：4/8(火)13時～15時
- ▼場所：柏老人福祉センター
- ▼相談委員：木村光雄

稲垣会場

- ▼日時：4/16(水)10時～15時
- ▼場所：稲垣ふれあいセンター
- ▼相談委員：佐々木富雄

車力会場

- ▼日時：4/18(金)10時～12時
 - ▼場所：北消防署2階会議室
 - ▼相談委員：清野幸喜
- ☎ 市民課（内線265）



献血にご協力ください

- ▼日時・場所：3/27(木) 9時45分～11時45分、13時半～14時半・つがる市役所、15時半～16時半・ごしょつがる農協木造総合支店



労働相談会

県労働委員会委員が、個々の労働者と事業主との間に生じた労働問題などの相談に応じます。

相談は無料、秘密は厳守します。

- ▼日時：4/3(木) 13時半～15時半
 - ▼場所：青森県労働委員会（青森市新町二丁目2番11号）
 - ▼対象：県内の労働者、事業主
 - ▼申し込み：電話にて予約を受け付けています。（事前予約優先）
- ☎ 青森県労働委員会事務局 ☎017-734-9832



令和7年度 移動年金相談

移動年金相談は、弘前年金事務所が市役所内に設置する月1回の相談窓口です。厚生年金の請求など、年金事務所で行う手続きを市役所で行えます。

移動年金相談を利用する際は、事前に弘前年金事務所に予約してください。予約には基礎年金番号が必要です。

- ▼直近の予定日：4/24(木)、5/22(木)、6/26(木)
 - ▼時間：10時～16時
 - ▼場所：市役所2階相談室
- ☎ 弘前年金事務所 ☎0172-27-1339



「松の館」図書コーナー リニューアル!!

4月より市立図書館の分館（サテライト）として、本の貸出しを行います。

新しい本も揃えましたので、ぜひご利用ください。

開館時間：9時～19時(平日)、9時～16時(土日祝)

場所：松の館 図書コーナー
☎ 社会教育スポーツ課 ☎49-1200



子育て応援ガイドブック発行

子育て中のご家庭だけでなく、地域全体で子育ての応援ができるよう、子育て世代の支援事業や制度、手当など役立つ情報をまとめたガイドブックを作成しました。

市内の保育所・認定こども園を通してお子さんのいるご家庭にお渡しするほか、公共機関や医療機関、商業施設などにも設置しています。ぜひ手に取ってご活用ください。



つがるつながる「つがる市子育て応援ガイドブック2025年」

☎ 子育て健康課（内線307）

広告

エルムエコタウンPart.8 合同展示場

建てる前にリアルで体験!! 5棟一気に見比べできる住宅相談館

■2025年3月まで予約なしでいつでもご覧いただけます（水曜定休）

it's a brand new day
KOJIMA HANDS
株式会社 小嶋建設

髙橋工務所

TAKAMATSU
Kogyo

MiuRa

Yamano Archi Design

所在地：五所川原市一ツ谷
MIRAIE PROJECT
ミライエプロジェクト



Access



Home page



Instagram



こころの相談

眠れない、気分が落ち込む、心身の不調やストレス、悩みを抱えていませんか。ひとりで悩まずお話しください。ご本人だけでなく、ご家族からの相談にも応じます。

▼日時：3/25(火)10時～15時

▼場所：市民健康づくりセンター

▼申し込み：前日までに電話でお申し込みください。

☎健康推進課（市民健康づくりセンター内） ☎23-4311



林野火災にご注意ください

2月から5月は乾燥や強風により、林野火災が多発する時期です。林野火災は、たき火や火入れ、タバコなど人の不注意によるものが多く、一度起こると消火が困難で、貴重な森林資源や人命、財産に大きな被害を及ぼします。

火災の多くは、皆さん一人ひとりの注意で防ぐことができます。林野での火気の取り扱いには十分ご注意ください。

火災を見つけたら速やかに119番通報を！

大切な自然を守るため、皆さまのご協力をお願いします。

☎市消防本部予防課

☎42-7744



栄養・食事相談

「痩せたい」「血圧が高め」「血糖値が高くなってきた」「コレステロールが高い」など栄養や食事に関する相談に管理栄養士が個別で応じます。30分程度の相談です。

▼日時：3/19(水) 9時～12時、13時～16時

▼場所：市民健康づくりセンター

▼申し込み：前日までに電話もしくは窓口でお申し込みください。

☎健康推進課（市民健康づくりセンター内） ☎23-4311



家屋に係る届け出

家屋を取得した場合、建物表題登記をする義務があります。何らかの事情で未登記状態となっている家屋に変更がある場合は、税務課に届け出をしてください。税務課では現在未調査家屋の把握に努めており、課税台帳と違いがあった場合は調査に伺うことがありますので、ご協力くださるようお願いいたします。

▼対象：①未登記家屋の所有者が変わったとき(実印と印鑑証明書が必要となります)②家屋を取り壊したとき③家屋を新築・増築し、まだ市の調査を受けていないとき

▼届け出：税務課窓口にある用紙に必要事項を記入し、届け出てください。

☎税務課（内線213）



新体幹トレーニング教室

運動指導員の先生と一緒に運動してみませんか。体幹を意識した新しい教室です。

▼日時：「強め」3/24(月)

13時半～14時半

▼場所：市民健康づくりセンター 健診運動ホール

▼持ち物：汗拭きタオル・運動着・運動靴（外履き）・飲み物・ヨガマット（ない方はバスタオル）

※申し込み不要

☎健康推進課（市民健康づくりセンター内） ☎23-4311



愛車の住所変更はお忘れなく

自動車税種別割の納税通知書は、原則として4月1日現在での自動車登録の住所（車検証に記載されている住所）にお送りしています。引っ越しなどで住所が変わったときは、運輸支局で住所の「変更登録」を行う必要があります。

3月中に変更登録の手続きができない場合は、自動車税種別割の住所変更を行いますので、最寄りの地域県民局県税部までご連絡ください。「青森県電子申請・届出システム」から届け出することもできます。詳細は県ホームページ(QRコード)をご覧ください。

※車検証の住所は別途変更が必要です。運輸支局での変更登録も忘れずに行ってください。

☎西北地域県民局

県税部

納税管理課

☎34-3141



広 告

人 と 街 の 夢 に ア ク セ ス

A-BITS

株式会社 エービットツ
www.a-bits.co.jp



つがる市民診療所内科外来予約制導入について

当所では患者様の診察までの待ち時間が長く、大変ご不便をお掛けしておりますが、**3月末で常勤医師が1名減る**に伴い、**4月1日から**内科外来の診察を予約制とさせていただきますことになりました。

完全予約制ではありませんので、従来どおり予約なしでの診察もお受けいたしますが、「**予約の方優先**」となります。予約なしの方は多少お待ちいただくこともあります。また、各種健診を受診し「**要治療者**」または「**要精密検査**」となった方も予約が必要となります。

予約の受付・変更・キャンセル等については、14:00～16:00の間にご連絡くださるよう、ご理解ご協力をお願いします。

【受付時間変更について】(4月1日から)

再来受付 午前**7:30**～11:00 午後12:00～16:00

新患受付 午前8:15～11:00 午後13:00～**15:00**

※**予約以外の診察希望の方は、15:00までの受付**となりますのでご注意ください。

詳細はホームページ(QRコード)をご覧ください。



【問い合わせ先】

つがる市民診療所
電話42-3111

ハンセン病元患者のご家族へ

国が、誤った隔離政策により、元患者のご家族の皆さまに多大の苦痛と苦難を強いてきたことを心からお詫びし、その精神的苦痛を慰謝するため、補償金を支給するものです。

このたび、請求期限が令和11年(2029年)11月21日まで延長されました。

秘密は守られますので、まずは、お電話でご相談ください。不安なお気持ちやご質問にも丁寧に答えます。

【問い合わせ先】

厚生労働省補償金相談窓口：03-3595-2262受付時間：10時から16時まで(土日祝日、年末年始を除く)



厚生労働省
ホームページ

漢字熟語しりとり挑戦!

ルール

- 1 上下左右に隣り合う2文字以上の漢字を繋げて熟語を作ります。
- 2 熟語の最後の文字が次の熟語の頭文字になります。
- 3 最後に使わなかった漢字を並べ替えて、言葉を作ってみましょう。

〈例〉

スタート

学	生	代	金	器
縄	活	時	引	換
用	費	町	扇	氣
水	下	室	子	文
路	地	土	守	歌

ゴール

答え 縄文土器

学	生	代	金	器
縄	活	時	引	換
用	費	町	扇	氣
水	下	室	子	文
路	地	土	守	歌



漢字熟語しりとりは今月号でいったん休載となります。4月号からは「クロスワードに挑戦!」を連載します。

スタート

卒	業	田	物	語	彙	力
場	式	食	動	湯	足	不
所	有	肉	野	加	減	塩
屋	権	魚	金	塚	雨	梅
子	利	義	援	線	前	小
会	貝	主	状	香	理	容
社	交	辞	令	辛	料	師

ゴール

応募方法：ハガキかQRコードからご応募ください。QRコードの場合は、Googleへのログインが必要です。

記入事項：答え、住所、氏名、年齢、広報つがるに対するご感想など。

応募先：〒038-3192 つがる市役所 秘書政策課宛

正解者の中から抽選で5人に「つがるちゃん最中」をプレゼントします。(毎月25日必着)



スタート

正	丹	治	時	代	表	続	語
母	曜	明	不	冬	面	接	学
本	銀	行	方	務	事	仕	力
水	下	地	在	所	紙	吹	期
道	習	石	油	危	用	雪	景
化	冊	基	密	機	案	答	色
師	範	講	性	質	疑	応	影

ゴール

2月号の答えは「冬期講習」でした。50名様より応募していただきました。

当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

つがる市立図書館

TSUGARU CITY LIBRARY

イベント情報

※参加無料、申込不要です。
※都合により日程・開催場所等が変更になる場合があります。

えいごでおはなし会

日 時：3月22日（土）11時～11時30分
場 所：セミナー・学習室
ALT(外国語指導助手)の先生が、
英語の絵本の読み聞かせをします。

おはなし会

日 時：3月23日（日）14時～14時30分
4月12日（土）11時～11時30分
場 所：おはなしコーナー
図書館スタッフが、おすすめの絵本の
読み聞かせをします。
※4月よりおはなし会の日時が第2土曜日11時からとなります。

郷土学習講座

主 催：NPO法人つがる野文庫の会
日 時：4月13日（日）10時30分～11時30分
テーマ：いろいろな選挙のしくみ～投票へ行こう！！～
講 師：成田 照男 氏（つがる市選挙管理委員会委員長）

お知らせ

【バリアフリー映画上映会】

『映画おしりたんてい さらば愛しき相棒(おしり)よ』

日 時：4月5日（土）14時上映開始
場 所：イオンモールつがる柏 2階イオンホール
定 員：20組（40人）
参加費：無料
申し込み：3月15日（土）より、図書館カウンター
またはお電話にて受け付けします。

◆内 容◆

人気児童書シリーズ「おしりたんてい」の長編劇場版
アニメ2作目。
おしりたんていに絶体絶命の危機が迫る！！10年ぶ
りに現れた相棒は、敵か？味方か？
その不敵な微笑みの裏側にあるものとは…

【「手軽なつがる」～図書館の本が返せます～】

むらおこし拠点館「フラット」内に返却ボックスを設
置します！つがる市立図書館の本のみ返却できますの
で、どうぞご利用ください。

実施開始日：令和7年3月24日（月）～



おすすめの本

※本の表紙の画像は、各出版社の使用規程に基づいて掲載しています。



タイトル：姿勢のゆがみ図鑑
著：柴 雅仁/林 慧亮
出 版 社：小学館

◆内容紹介◆

姿勢のゆがみをこまめにリセットすれば、疲れが抜け、
見た目の悩みも解消！脚を組む、片脚に体重をかけて
立つなど、あらゆる日常動作から「ゆがみ」を拾い上
げ、イラスト化し、リセットする方法を紹介する。



タイトル：ハンバーガー
作：丸山 誠司
出 版 社：絵本館

◆内容紹介◆

ハンバーガー屋さんにやってきた、おとうさんとおか
あさんとぼく。大きく口をあけてハンバーガーを食べ
ると、ぼくはライオン、おかあさんはトラになっちゃっ
た。おとうさんは…。



タイトル：すべてを蒸したいせいろレシピ
著：りよ子
出 版 社：Gakken

◆内容紹介◆

お肉も、野菜も、おやつも、切って詰めてせいろで蒸
すだけ！時短もダイエットも美肌もすべてかなう、せ
いろを使ったレシピを紹介。



タイトル：親の離婚・再婚 子どもの法律ガイド
著：佐藤 香代/池田 清貴/植田 千穂
絵：まえだ たつひこ
出 版 社：子どもの未来社

◆内容紹介◆

子どもが知っておけば役立つ離婚・再婚に関わる法律
を弁護士がわかりやすく解説。子どもの人権や権利に
についても考える。



〒038-3107 青森県つがる市柏稲盛幾世41番地（イオンモールつがる柏内）
●電話：0173-25-3131 ●開館時間：10時～20時 ●3月の休館日：3月31日（月）





3月生まれの子ども
(令和7年2月現在)

	男の子	女の子
1歳	3人	5人
2歳	7人	7人
3歳	6人	6人



いわさき ひなぎ
岩崎 翔風くん
1歳 (木造桜川)



おの せいは
尾野 世波くん
1歳 (富海町)



かわむら すず
川村 鈴ちゃん
2歳 (柏桑野木田)



かわむら ひな
川村 陽奈ちゃん
1歳 (木造浮梁)



かわむら るな
川村 瑠奈ちゃん
3歳 (木造浮梁)



さかなくら あやと
肴倉 彩人くん
1歳 (柏広須)



しらとり さんく
白取 珊玖くん
2歳 (柏上古川)



でんぼうやせんのすけ
傳法谷善之輔くん
2歳 (稲垣町豊川)



とのさき あお
外崎 蒼空くん
3歳 (森田町中田)



“幸” 齢者

坂本 はぎ さん (木造浦船)
大正14年2月生

《長生きの秘訣》

「好きなことをして元気に過ごすこと」



市制施行20周年記念

オリジナル婚姻届・命名書・
記念スタンプを作成しました

市制施行20周年を記念して作成したオリジナル婚姻届は、複写式となっており、2枚目に記念スタンプを押印し、届け出された方にお渡しします。用紙は1組1枚に限り市民課・各出張所で配布していますが、届け出は市民課のみ受け付けしています。他の市区町村に提出することも可能です。また、命名書は赤ちゃんのお名前、生年月日を印字し、記念スタンプを押印してお渡しします。右記QRコードでもご確認いただけます。



- ①オリジナル婚姻届
 - ②命名書
 - ③結婚記念スタンプ
 - ④お誕生記念スタンプ
- 【問い合わせ先】
市民課 42-2111
(内線263)



5月生まれ写真募集

対象 令和7年5月に1、2、3歳の誕生日を迎える市内在住の子
掲載内容 子どもの写真、氏名(ふりがな)、年齢、住所(地区のみ)

応募方法〈郵送または持参の場合〉プリントした子どもの写真1枚に①子どもの氏名(ふりがな)②生年月日③性別④住所⑤保護者氏名⑥電話番号を記入したものを添えてください。※写真データの持ち込みは取り扱いできません。

〈メールの場合〉QRコードを読み取り、「メール作成画面はこちら」をタップし、本文に上記①～⑥を入力の上、写真のデータを添付して送信してください。パソコン等から直接メールを送信する場合は、件名に「我が家のアイドル」と入力し、本文に上記①～⑥を入力の上、写真のデータを添付して送信してください。受信が確認できましたらメールでお知らせします(受信拒否設定している場合は届きません。下のメールアドレスからの受信を許可してください)。数日たっても返信がない場合は、お手数ですが、電話でお問い合わせください。応募締め切りは今月の末日。

【応募・問い合わせ先】〒038-3192 つがる市秘書政策課電話23-3265(課直通) メール koho@city.tsugaru.lg.jp



●市の人口と世帯数(令和7年3月1日現在)・人口28,711人(男13,487人・女15,224人)・世帯数13,376世帯

広報つがる 令和7年3月号 No.279 令和7年3月13日(毎月第2木曜日)発行 発行/つがる市総務部秘書政策課
〒038-3192 青森県つがる市木造若緑61番地1 電話:0173-42-2111 市ホームページ: <http://www.city.tsugaru.aomori.jp/>
印刷/有限会社 光陽印刷 ※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。